

En tant que Gestionnaire du réseau de distribution (GRD) des communes de Chavannes, Crissier, Écublens et Renens, notre rôle est de vous informer, de vous conseiller et de vous accompagner dans ces transitions.

Car chaque geste fait la différence !

Vous avez des questions ? Contactez nos experts

021 631 50 00

Ou rendez-vous sur sie.ch/bons-gestes

Les bons gestes



 Pour les entreprises
et les ménages privés

Chaque
kilowattheure
compte !

www.sie.ch

POUR LES ENTREPRISES

Fuites dans le réseau d'air comprimé

Vérifiez chaque année la présence de fuites, localisez-les et colmatez-les. En effet, il arrive souvent que 25 à 60 % de l'air soit perdu par des fuites, ce qui engendre d'importantes surconsommations des compresseurs.

Si possible éteignez le réseau complètement en dehors des heures de service.

Régler la courbe de chauffage

Réglez la courbe par temps froid (juste au-dessous de 0 °C) afin d'ajuster correctement la température ambiante à la température extérieure. Répétez le processus par temps plus chaud (un peu plus de 10 °C).

Fermer les installations de réfrigération et de congélation

En dehors des heures d'ouverture, les meubles frigorifiques devraient être systématiquement fermés. Pour cela, l'on peut utiliser des stores de nuit, des caches ou des portes en verre.

Nettoyer l'évaporateur et la pompe à chaleur

Les installations dont l'évaporateur est encrassé ont une consommation d'énergie jusqu'à 45 % plus élevée. Nettoyez l'évaporateur en moyenne tous les deux ans.

Purger les radiateurs

En automne, purgez les radiateurs lorsqu'ils font des bulles ou qu'ils sifflent et ne chauffent plus très bien.

Adapter les heures de fonctionnement

Adaptez les heures de fonctionnement à l'utilisation effective des pièces. Si vous arrêtez la ventilation tous les jours entre 20 heures et 6 heures, la consommation en énergie diminue jusqu'à 40 %.

Ventiler adéquatement les grandes pièces

Souvent, le taux d'occupation des grandes salles (restaurants, aulas, salles polyvalentes) est très variable. En réduisant le débit d'air de moitié, vous économisez jusqu'à 80 % d'énergie.

Adapter l'intensité de l'éclairage

Adaptez la puissance lumineuse à l'utilisation individuelle en supprimant, de manière ciblée, des luminaires dans les zones suréclairées ou en réglant l'éclairage de base sur un niveau plus bas.



DES MESURES SIMPLES, mais efficaces

Avec quelque 3,9 millions de ménages en Suisse, même de petites économies ont un grand impact. Dans les habitations, de la cave au grenier, les occasions d'adopter les bons gestes sont nombreuses et leur potentiel important. Consommez moins, allégez votre budget et agissez pour l'environnement.

LES QUATRE GESTES DE BASE



Baisser le chauffage

En réduisant la température de 1 °C, vous économisez 7 % d'énergie.



Éteindre les lumières

Éteignez systématiquement les lumières dans les pièces inoccupées.



Éteindre les appareils

Éteignez les appareils non utilisés comme les machines à café, box wifi, décodeurs TV. Le plus simple est d'utiliser une prise minuteur ou un bloc multiprise avec interrupteur.



Préférer la douche au bain

Préférez de courtes douches pas trop chaudes — une température de 37 °C est idéale. Idéalement utilisez un pommeau de douche écologique avec un débit de 7 à 8l/min.



LES BONNS GESTES POUR LES MÉNAGES PRIVÉS

Avec la lumière



Utiliser des LED

Pour un éclairage efficace, les LED sont incontournables.



Éteindre les lumières

Une lumière allumée dans une pièce vide consomme inutilement de l'électricité. Éteignez les lampes lorsque vous quittez une pièce.



Éclairage extérieur

L'éclairage extérieur ne doit pas être constamment allumé. Optez pour des capteurs de mouvements qui mettent automatiquement en marche l'éclairage.



Dépoussiérer

Pensez à dépoussiérer vos ampoules et vos abat-jours. L'accumulation de poussière réduit le rendement lumineux.



Choisir sa puissance

Ajustez l'intensité lumineuse de vos lampes.



Acheter futé

Lors d'un achat, choisissez des appareils de la classe énergétique la plus efficiente.

Dans la cuisine



Préférer la bouilloire à la casserole

Une bouilloire électrique consomme presque deux fois moins d'électricité qu'une casserole sur la cuisinière. Pensez à faire bouillir uniquement la bonne quantité d'eau.



Cuisiner à couvert

Placez un couvercle sur la casserole pour retenir l'énergie qui s'évapore.



Le four

Les fours modernes chauffent si rapidement qu'un préchauffage n'est pas nécessaire. Renoncez-y pour économiser 20 % d'énergie. Profitez aussi de la chaleur résiduelle.



Le lave-vaisselle

Un lave-vaisselle à moitié rempli consomme autant d'électricité que s'il est plein. Remplissez-le et choisissez le programme économique. Le prélavage n'est pas nécessaire.



Le réfrigérateur et le congélateur

Réglez la température de votre réfrigérateur à 7 °C et celle de votre congélateur à -18 °C.

Avec le chauffage et l'eau



Régler adéquatement la vanne des radiateurs

Les valeurs moyennes habituelles pour les différentes pièces sont :

- 23 °C dans la salle de bain (pos. 4 sur la vanne thermostatique)
- 20 °C dans la zone de vie/de séjour (pos. 3 sur la vanne thermostatique)
- 17 °C dans la chambre à coucher et dans le couloir (pos. 2 sur la vanne thermostatique)
- dans les pièces peu utilisées (pos. 1 sur la vanne thermostatique)

Dans les pièces inoccupées, réglez la vanne thermostatique des radiateurs sur la position la plus basse (niveau * - hors gel). Faites-le également lorsque vous quittez votre domicile pour quelques jours, même en plein hiver.



L'eau froide quand c'est rapide

Utilisez de l'eau froide lorsque vous vous lavez brièvement les mains ou que vous vous brossez les dents.



Préférer une robinetterie ECO

Dans la cuisine et la salle de bains, utilisez des robinets et des pommes de douche de classe d'efficacité A, qui permettent d'économiser jusqu'à 50 % d'eau. Quant aux régulateurs de débit, ils se vissent très facilement et le débit d'eau demeure agréable.